ANO 9 - NÚMERO 91 - MAIO DE 2023

CEP DIGITAL

REVISTA DIGITAL DO CLUBE ESPORTIVO DA PENHA

FRUTAS DO CEP

DESTAQUES FESTIVAL COMIDA DE BUTECO › TEATRO PAIXÃO DE CRISTO › REABERTURA DA ACADEMIA

CAMPANHA DE OUTONO

APROVEITE A CAMPANHA DE OUTONO!

DESCONTO DE ATÉ 30% NO VALOR DA JOIA

VALOR DOS TÍTULOS (COM DESCONTO DE 30%)
Família............ R$ 1.120,00
Adulto/Dama R$ 840,00
Idoso/Menor R$ 630,00

31 PROMOÇÃO VÁLIDA DE 01/04/23 À 31/05/23

+ Informações:
11 95788.4137
CLUBE ESPORTIVO DA PENHA
www.cepenha.com.br
SAA SERVIÇO DE ATENDIMENTO AO ASSOCIADO

4 Conheça os Departamentos
5 Matéria de Capa - Frutas do CEP
8 Festival Comida de Buteco
9 Roteiro Cultural - Mirante Sesc Paulista
10 Teatro Paixão de Cristo
11 Reabertura da Academia
12 Conheça nossa Infraestrutura
13 Reabertura da Academia - Equipamentos e Campeonato Metropolitano
14 Relatório de Obras
15 Conselho Deliberativo
16 Leia e Reflita
17 Antes que o tempo apague
18 Penha em Destaque
19 Radar - Fotos de Associados
20 Agenda - Próximos Eventos
21 Túnel do Tempo

Expediente

CEP DIGITAL
Revista Digital do Clube Esportivo da Penha
Ano 9 - Número 91 - Maio de 2023

Gestão
Luiz Carlos Picone de Araújo

Editor-Chefe
Adair Cortez (in memoriam)

Editor-Assistente
Sebastião Pinto Braga

Periodicidade
Mensal

Mailing de Distribuição
10.000

Marketing
Luiz Fernando Mordenti
Alexandre Ribeiro Mourão

Publicidade
Paulino - 11 99243-9681
marketing@cepenha.com.br

Fotografia e Artes
Sebastião Pinto Braga
Eduardo Abreu

Redação e Contatos
Rua Capitão João Cesário, 354
Penha - SP (Portaria de Pedestres)
Rua Armando Cardoso Alves, 106
Penha - SP (Portaria de Veículos)
www.cepenha.com.br
cep@cepenha.com.br
facebook.com/cepenha
11 2082.7244

Editorial

Conheça os Departamentos

Departamento do Vôlei

Maria Emilia Mordenti
Diretora do Vôlei

O Voleibol melhora as capacidades cardiorrespiratórias, melhora as capacidades físicas e emocionais, fortalece o corpo, melhora a cognição, aumenta a flexibilidade e traz inúmeros outros benefícios para os praticantes.

Nosso clube possui longa tradição no Voleibol e oferece aos associados desde escolinha para crianças até equipes master masculina e feminina.

Já conquistamos inúmeros campeonatos em todas as categorias e a coordenação do Departamento está aos cuidados de Paulina Palácio Vieira.

Contato:
esportes@cepenha.com.br

Matéria de Capa

FRUTAS DO CEP

Nossa imensa área verde possui inúmeros pés de frutas das mais variadas espécies. Sendo um lugar ideal para relaxamento, reflexão e observação de Passáros.

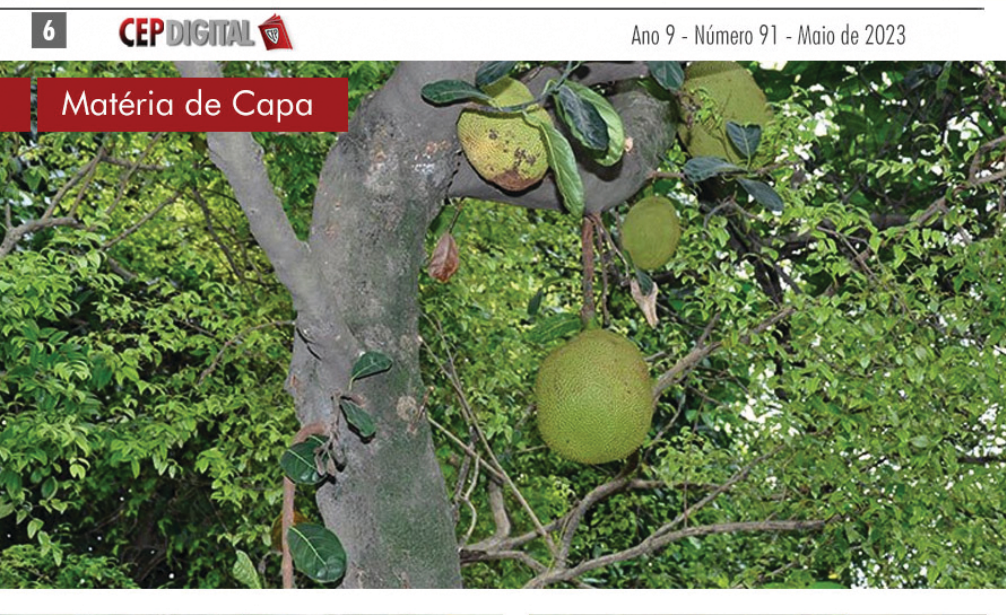
Árvore de Pitanga do CEP.

Matéria de Capa

FRUTAS DO CEP

Temos várias opções para fazer ao lado de nossas árvores frutíferas, como observar as aves, levar as crianças para colher frutas ou simplesmente relaxar em um ambiente calmo e bucólico.

Matéria de Capa



FRUTAS DO CEP

Festival Comida de Buteco

GERMÂNIA
CHOPP

FESTIVAL COMIDA DE BUTECO

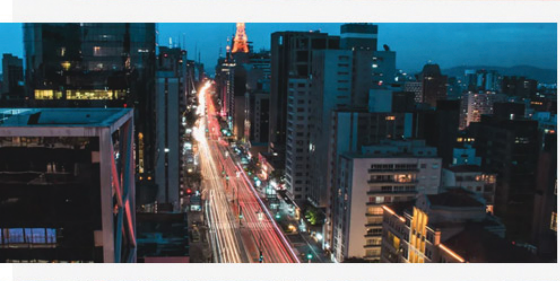
15 de Abril

Ocorreu em nosso Galpão de Eventos e foi uma verdadeira celebração da cultura dos butecos, com uma seleção cuidadosa dos melhores bares e restaurantes do nosso clube e da região, que ofereceram pratos típicos da culinária de buteco, como petiscos, porções e pratos tradicionais. Os associados e visitantes puderam saborear diversas opções gastronômicas, desde clássicos como a coxinha e o pastel, até pratos mais elaborados e criativos, tudo acompanhado de bebidas geladas, música e muita animação. Parabéns ao Departamento Feminino pela realização de mais um evento de sucesso!

Roteiro Cultural

HORÁRIOS DE FUNCIONAMENTO:
Terça a quinta das 10h às 21h;
Sexta-Feira: Atendimento 24h;
Sábado e Domingo das 10h às 18h.

COMO CHEGAR:
Av. Paulista - Bela Vista, São Paulo
SP, 01311-000 - 17º andar.

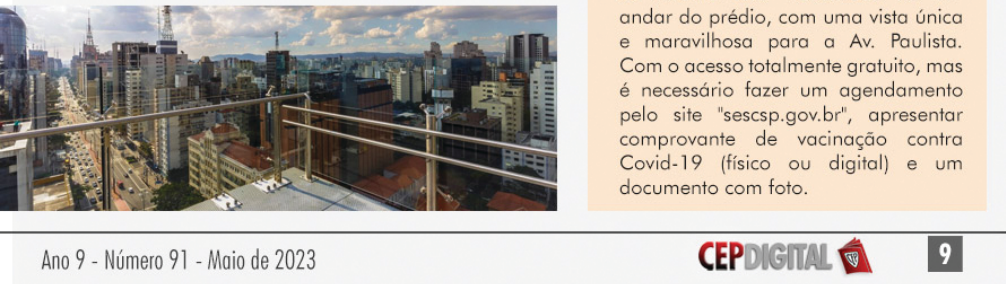


MIRANTE SESC PAULISTA

Após alguns anos fechado para reforma, em 2018 São Paulo ganhou mais um local atrativo na Av. Paulista. O espaço foi aberto ao público com 17 andares com diversas salas, espaços para exposições, cursos, espetáculos, shows, espaço infantil, biblioteca, café e muito mais.

O Mirante está localizado no 17º andar do prédio, com uma vista única e maravilhosa para a Av. Paulista. Com o acesso totalmente gratuito, mas é necessário fazer um agendamento pelo site "sescsp.gov.br", apresentar comprovante de vacinação contra Covid-19 (físico ou digital) e um documento com foto.

Teatro Paixão de Cristo



TEATRO PAIXÃO DE CRISTO

07 de Abril

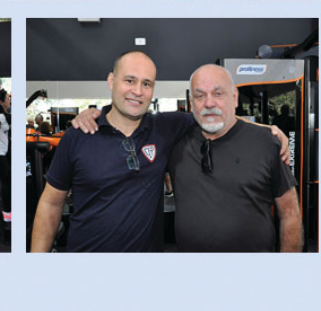
Aconteceu em nosso Espaço Nobre a apresentação da peça Paixão de Cristo, encenada pela Comunidade Eucaristós. Estiveram presentes diretores do nosso clube e familiares e o Presidente Picone fez a entrega de uma placa em homenagem aos organizadores e integrantes do evento, um espetáculos belíssimo, que foi assistido por cerca de 800 pessoas de nossa comunidade.

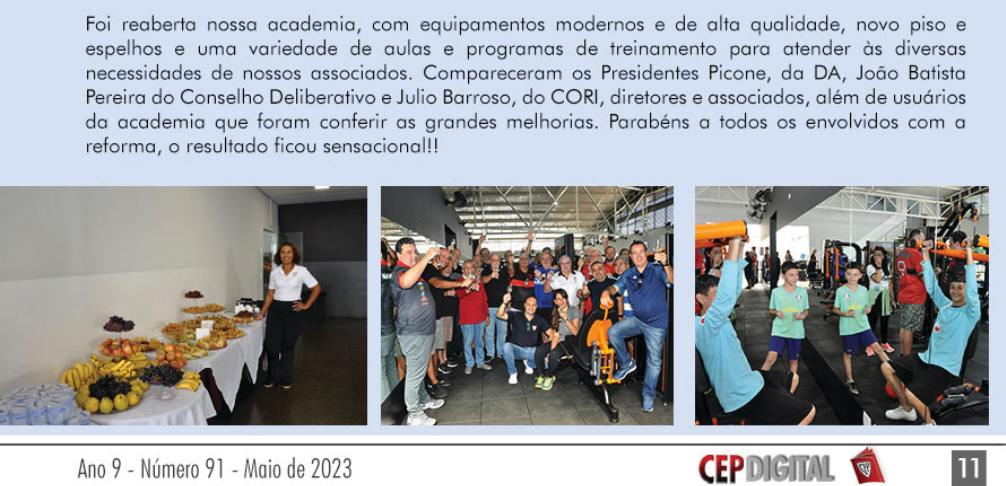
Reabertura da Academia

REABERTURA DA ACADEMIA

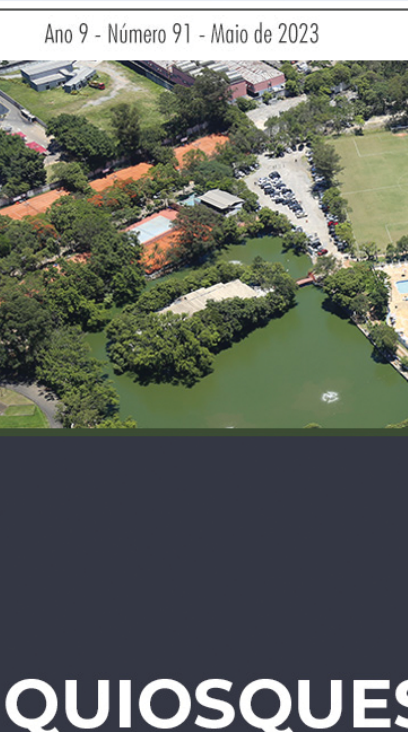
23 de Abril

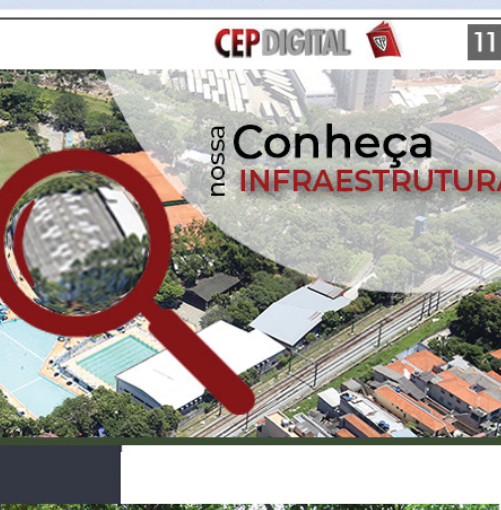
Foi reaberta nossa academia, com equipamentos modernos e de alta qualidade, novo piso e espelhos e uma variedade de aulas e programas de treinamento para atender às diversas necessidades de nossos associados. Compareceram os Presidentes Picone, da DA, João Batista Pereira do Conselho Deliberativo e Julio Barroso, do CORI, diretores e associados, além de usuários da academia que foram conferir as grandes melhorias. Parabéns a todos os envolvidos com a reforma, o resultado ficou sensacional!!





QUIOSQUES DO CEP





Reabertura da Academia - Equipamentos

REABERTURA DA ACADEMIA EQUIPAMENTOS

23 de Abril

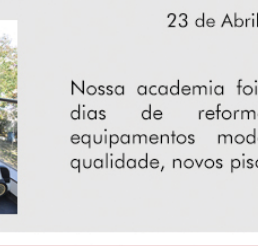
Nossa academia foi reaberta após 20 dias de reforma, agora com equipamentos modernos e de alta qualidade, novos pisos e espelhos.

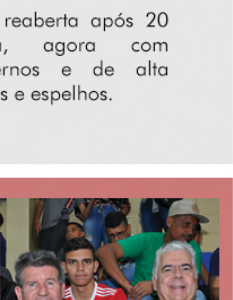
Campeonato Metropolitano

CAMPEONATO METROPOLITANO SÉRIE A1 FUTSAL SUB-12

29 de Abril

Parabéns pelo título de Campeão de Futsal! Conquistar um título não é fácil e é um verdadeiro feito para qualquer equipe. Com muita dedicação, esforço e trabalho em equipe, vocês conseguiram alcançar esse objetivo tão importante. Em partida eletrizante, vencemos a equipe do Corinthians pelo placar de 2 x1. Parabéns a todos os atletas, comissão técnica e dirigentes pela conquista, o sucesso não vem apenas do talento individual, mas sim do trabalho em conjunto e da união de esforços.





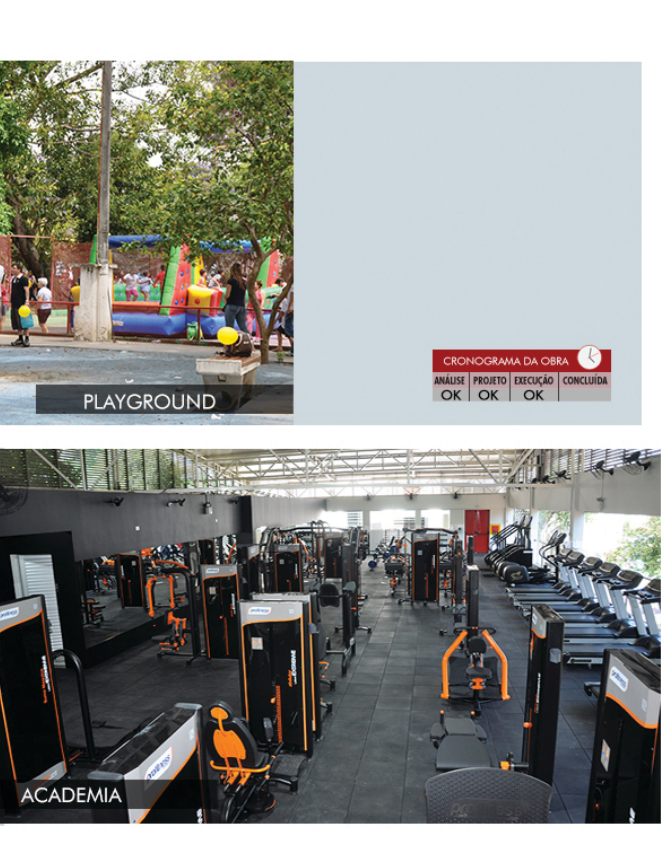
Relatório de Obras

PLAYGROUND

CRONOGRAMA DA OBRA			
ANÁLISE	PROJETO	EXECUÇÃO	CONCLUSÃO
OK	OK	OK	

REFORMA CONCLUÍDA!

CRONOGRAMA DA OBRA			
ANÁLISE	PROJETO	EXECUÇÃO	CONCLUSÃO
OK	OK	OK	OK



EM ANDAMENTO!

CRONOGRAMA DA OBRA			
ANÁLISE	PROJETO	EXECUÇÃO	CONCLUSÃO
OK	OK	OK	

Conselho Deliberativo

Caros conselheiros [as] e associados

Novamente voltamos a este tema, para uma nova reflexão.

A medicina nos adverte sobre o risco de fazermos exercícios físicos sem fazer um Chek-Up, para que as pessoas tenham condições de conhecimento do seu corpo em determinados exercícios.

Obviamente nosso clube quer e precisa que seus associados usem e pratiquem atividades físicas, pois é um Clube Esportivo. Porém é sempre prudente e importante ter uma avaliação médica.

O tempo frio aumenta o risco de doenças Cardiovasculares e Respiratórias e qualquer pessoa pode ser afetada pelo frio, porém aqueles com maior risco de doenças/agravos incluem idosos, crianças, pessoas com doenças crônicas ou com limitações físicas/mentais.

Temos um Depto Médico no Clube muito atuante, mas também precisamos fazer nossa parte, e neste aspecto precisa que todos ajudem a conscientizar nossos associados e amigos, pois estamos sempre em rodas de bate-papo e descontração após a disputa envolvendo vários esportes.

Vamos exercitar nosso corpo com consciência e responsabilidade, nossa mente também agradece.

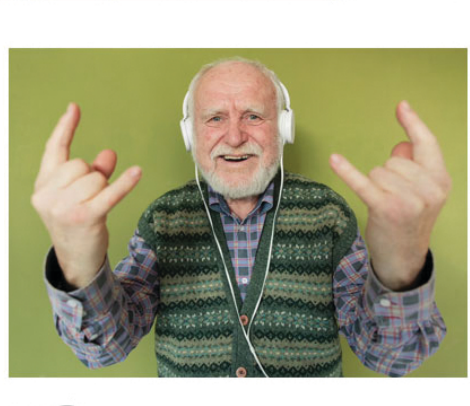
Luiz Marcelo Breda Pereira
Vice - Presidente do Conselho Deliberativo

João Batista Pereira
Presidente do Conselho Deliberativo

Para ler e refletir...

AS VANTAGENS DE TER 60 ANOS, OU MAIS

Luiz Carlos Gonzaga
Diretor de Cultura do Cep



Achei a nossa cara!!Leia que faz bem!!!
O texto é leve. Gostoso para ler...
Pode, se quiser, mandar de volta para mim. Você vai rir quando vir a mensagem de retorno.

As vantagens de ter 60 anos, ou mais.

Eu nunca trocaria meus amigos surpreendentes, minha vida maravilhosa, minha amada família por menos cabelo branco ou uma barriga mais lisa.
Enquanto fui envelhecendo tornei-me mais amável para mim e menos crítico de mim mesmo.
Eu me tornei meu próprio amigo...
Eu não me censuro por comer biscoito extra, ou por não fazer a minha cama, ou pela compra de algo bobo que eu não precisava.
Eu tenho o direito de ser desarrumado, de ser extravagante.
Vi muitos amigos queridos deixarem este mundo cedo demais, antes de compreenderem a grande liberdade que vem com o envelhecimento.
Quem vai me censurar se resolvo ficar lendo ou jogar no computador até às quatro horas e dormir até meio-dia?
Quem irá me tirar o prazer de ficar na cama ou na frente da televisão o tempo que eu quiser?
Eu dançarei ao som daqueles sucessos maravilhosos dos anos 70 e 80 e se eu, ao mesmo tempo, desejar chorar por um amor perdido... Eu vou.
Se eu quiser, vou andar na praia em um short excessivamente esticado sobre um corpo decadente e mergulhar nas ondas com abandono, apesar dos olhares penalizados dos outros no "jet set". Eles também vão envelhecer.
Eu sei que sou às vezes esquecido, mas há algumas coisas na vida que devem mesmo ser esquecidas.
Eu me recordo das coisas importantes.
Claro, ao longo dos anos meu coração foi quebrado. Mas corações partidos são os que nos dão força, compreensão e compaixão. Um coração que nunca sofreu é imaculado e estéril, e nunca conhecerá a alegria de ser imperfeito.
Sou abençoado por ter vivido o suficiente para ter meus cabelos grisalhos e ter os risos da juventude gravados para sempre em sulcos profundos em meu rosto.
Muitos nunca riram, muitos morreram antes de seus cabelos virarem prata.
Conforme você envelhece, é mais fácil ser positivo. Você se preocupa menos com o que os outros pensam.
Eu não me questiono mais.
Eu ganhei o direito de estar errado.
Assim, para responder sua pergunta, eu gosto de ser velho. Eu gosto da pessoa que me tornei.
Não vou viver para sempre, mas enquanto ainda estou aqui, não vou perder tempo lamentando o que poderia ter sido, ou me preocupar com o que será.
E, se me apetecer, vou comer sobremesa todos os dias. ENTENDEU???
Que nossa amizade nunca se separe, porque é de coração!
Envie este para pelo menos 7 pessoas com mais de 60 e vai ver o que acontece na tela.
Você vai rir.Fará bem para sua cabeça.Só para os que têm mais de 60.

LUIZ CARLOS GONZAGA – DIRETOR CULTURAL
CLUBE ESPORTIVO DA PENHA

ANTES QUE O TEMPO APAGUE

Um Quase Golpe

Luiz Carlos Ladeia
Diretor de Cultura do Cep

Ele chegou desconfiado, talvez evitando denunciar a sua origem interiorana. Trazia um saco às costas, de onde algumas panelas atrevidas espiavam os arredores. -Suco? A resposta foi seca e o "não" martelou a cabeça dos demais consumidores. Disposta a não perder o cliente, a jovem de traços orientais sugeriu que ele provasse o pastel ou mesmo os pedaços de massa, fritos e ensacados, a preços de ocasião. Sem nada a dizer, ele apontou a máquina de moer cana, e foi taxativo.

- Garapa!

- Mas eu ofereci, e o senhor disse não...

- Ofereceu, qui dio?

- Agorinha!..

- Não, ocê mi ofereceu suco, e eu não gosto di suco. Eu gosto di garapa. Mi faiz lembrá a fazenda donde fui criado...

Com um sorriso na face, ela pegou a jarra e agitou. E perguntou se ele queria com limão ou abacaxi.

-Di cana, mermo!

-E seu eu vender suco da cana, o senhor aceita?

-Aceito não! Eu gosto é di garapa. Si num tivé, eu vou na outra barraca, na outra ponta da feira.

Fiquei atento ao desenrolar da conversa, mas para a minha frustração, ele despejou o líquido na boca e, quando ia terminando, a moça Insistiu;

-Aceita um chorinho?

-Oia, moça, eu vim comprá garapa. Ocê ofereceu suco i agora qué chorá? Eta lugar de gente doida...

Disse e saiu andando, sorvendo o líquido onde dois cubos de gelo nadavam preguiçosos. Segui os seus passos que, por coincidência, estavam no meu roteiro. O sinal de trânsito mandou que parássemos e ficamos ali, lado a lado.

No meu mundo interiorano, aquilo me deixou encafifado. Ele gostou do termo e disse que a moça da barraca de pastel queria obrigá-lo a gastar acima do esperado. E ficamos ali, indiferentes às cores das luzes que se acendiam.

Assim que ganhou a minha confiança, ele disse que tinha pressa, porque precisava voltar à sua cidade, no sul de Minas. Um tanto desconfiado, ele baixou o som das palavras e me ofereceu o bilhete premiado. Nisso, uma jovem com sotaque mineiro chegou e consultou o celular, confirmando que os números "batiam". E ele, mostrando pressa de voltar logo parra o interior, fez a oferta:

Ele me passaria o bilhete por apenas cinco mil, um décimo do valor real. Nascido na roça, criado na nossa periferia, conheci vários espertalhões que aplicavam esse golpe. Peguei o tal bilhete e ensaiei uma corrida até a outra calçada. Ele abandonou o saco com as suas panelas e me alcançou dez metros depois.

-Tu tá me tirando, malandro?

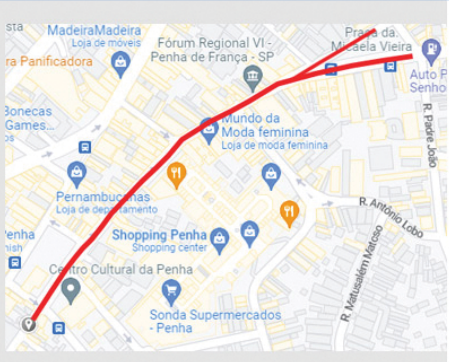
Mudamos o tom da conversa, até que ele, sabendo da minha condição de ex-policial, pediu desculpas, guardou o tal bilhete e saiu com a sua parceira, rumo à outra ponta da feira. Tenho certeza de que comentavam:

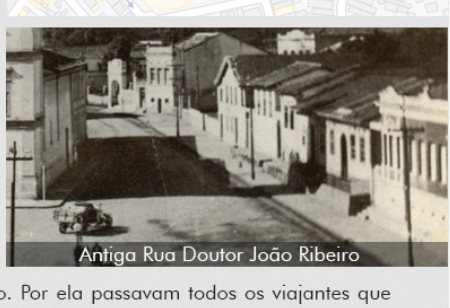
-Quase, né? Só que não foi desta vez...

Luiz Carlos Ladeia é cronista, jornalista aposentado e autor dos livros "Troncos Soltos na Água", "A várzea que eu vi", "Os cristais de Magdalena Rios" e "Passos de Ontem" (Peça teatral publicada em livro, vencedora do Prêmio Literário Cidade do Recife).

Penha
EM
Destaque

RUA DOUTOR JOÃO RIBEIRO





Antiga Rua Doutor João Ribeiro

Doutor João Ribeiro Marcondes Machado, foi um chefe político de grande prestígio na colina. João sempre fez muita questão de morar na Penha e era muito adorado pela comunidade pelo seu belo trabalho social. Quanto ao nome desta histórica rua, é uma homenagem ao Dr. João Ribeiro.

O centro histórico da Penha tem a configuração de um outeiro colonial, todos que já caminharam por lá perceberam o quanto a via e calçadas são estreitas. O motivo é super simples: esta rua, uma das principais vias da colina, é mais antiga que a distribuição de energia elétrica. Remonta da época que não existiam postes nas calçadas. Sendo uma das ruas mais antigas do Brasil.

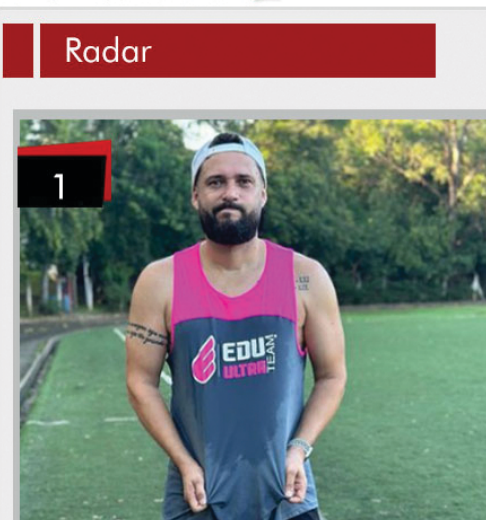
A rua "João Ribeiro", que era conhecida no século 18 como Rua Direita, fazia parte do trajeto Rio – São Paulo. Por ela passavam todos os viajantes que vinham de São Paulo pela estrada da Penha, subiam a Ladeira da Penha (hoje Ladeira Cel. Rodovalho) contornavam a igreja pelo lado direito (por isso Rua Direita) e seguiam rumo à São Miguel onde tinha início a Estrada São Paulo – Rio.

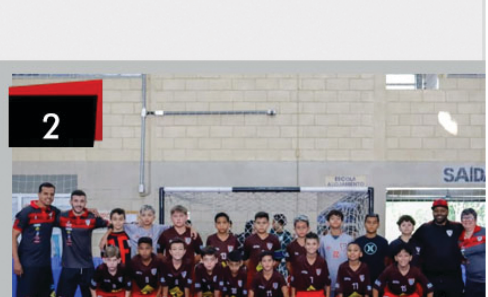
A Rua Dr. João Ribeiro conheceu todos os tipos de transportes, passavam burros de tropa, carro de bois, cavalos, carroças e carruagens. Viu chegar o progresso trazendo a primeira bicicleta, automóveis e caminhões. Viu diversos tipos de viajantes sendo, mensageiros, comerciantes, missões científicas, religiosas e imperadores do Brasil, Dom Pedro I e Dom Pedro II.

Foi na Rua Dr. João Ribeiro que foi inaugurado o primeiro cartório da Penha, a primeira agência do Banco do Brasil e a Caixa Econômica Federal.

Fonte:
https://memorialpenha.wordpress.com/2011/12/26/a-historia-rua-dr-joao-ribeiro/

Radar





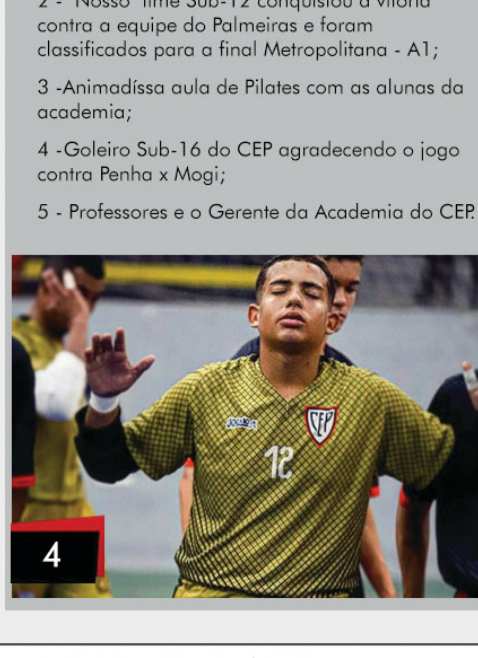
1 - Associado Renato em nossa Pista de Caminhada;

2 - Nosso time Sub-12 conquistou a vitória contra a equipe do Palmeiras e foram classificados para a final Metropolitana - A1;

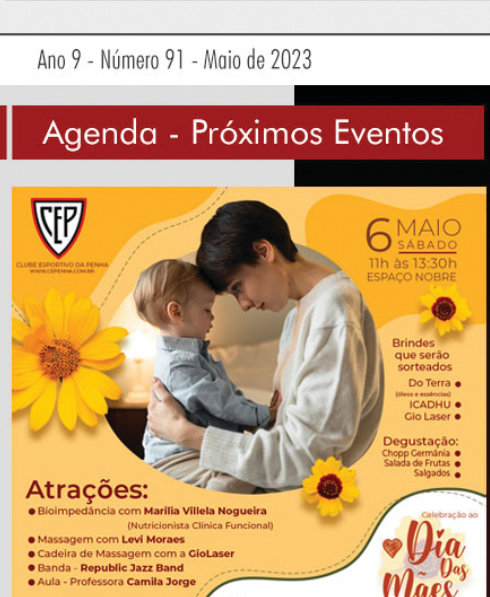
3 -Animadíssa aula de Pilates com as alunas da academia;

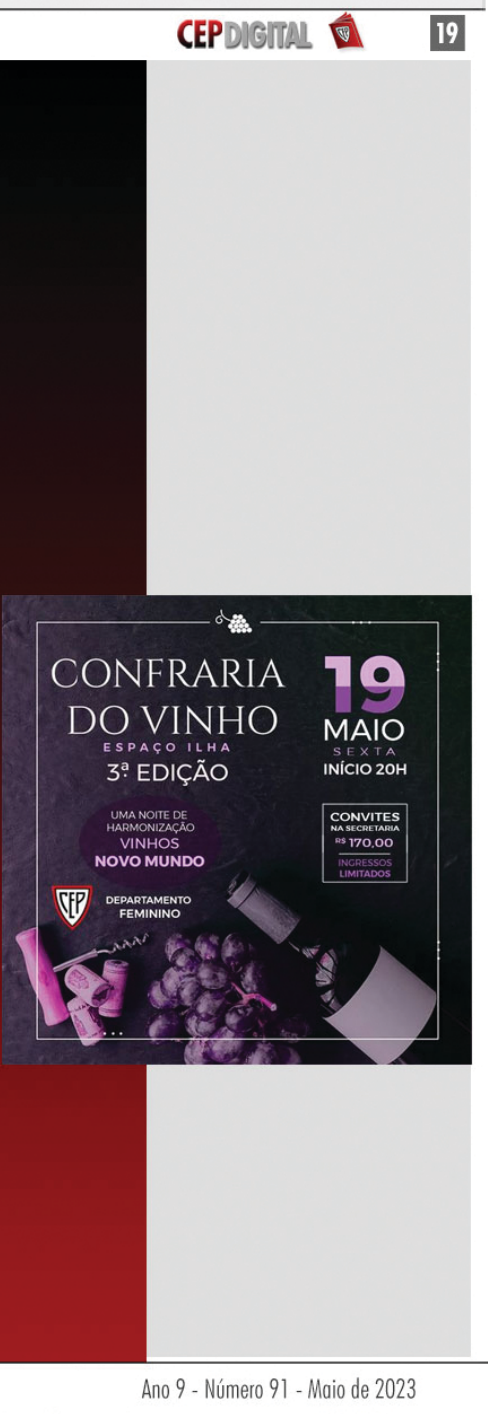
4 -Goleiro Sub-16 do CEP agradecendo o jogo contra Penha x Mogi;

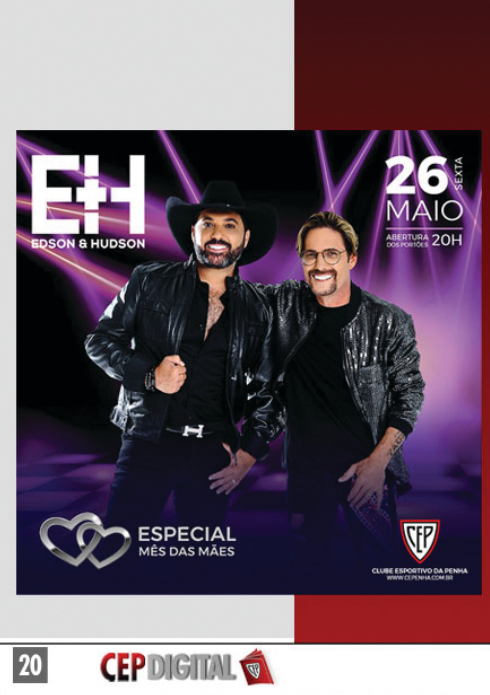
5 - Professores e o Gerente da Academia do CEP.



Agenda - Próximos Eventos


6 MAIO SÁBADO
11h às 13:30h
ESPAÇO NOBRE
Brindes que serão sorteados
Degustação
Atrações:
Bioimpedância com Marilia Villela Nogueira (Nutricionista Clínica Funcional)
Massagem com Levi Moraes
Cadeira de Massagem com a GioLaser
Banda - Republic Jazz Band
Aula - Professora Camila Jorge
INSCRIÇÕES LIMITADAS:
(11) 99243-9681
EVENTO GRATUITO PARA ASSOCIADAS
PATROCÍNIO E APOIO
Celebração do Dia das Mães
GioLaser
ÓTICAS VIDERE





TÚNEL DO TEMPO

ETERNAS DOMINGUEIRAS

ARTIGO 22

Durval Luchetti
Vice-Presidente Administrativo

Noites de Domingueira no CEP

Se existe uma atividade social no nosso clube que resiste ao tempo é a das domingueiras. Tão logo o CEP construiu o seu primeiro "barracão" para as reuniões da diretoria, no limiar dos anos 30, ali mesmo passaram a ser realizados os primeiros bailinhos dominicais. As músicas eram tocadas por um gramofone: aquele toca-discos com uma enorme corneta acoplada, com uma manivela para dar corda.

Por essa mesma época, evoluímos para o rádio à válvulas. Moderníssimo, mas um investimento pesado, que teria gerado muita polêmica entre os diretores, a ponto de ter sido decidida a sua devolução. Mas isso é outra história!

Os bailinhos atravessaram os anos 30, 40, 50, no embalo dos ritmos típicos de cada época! Em meados de 1960, no auge da Bossa Nova, da Jovem Guarda, do rock dos Beatles e Rolling Stones e das românticas canções italianas, as domingueiras do CEP, realizadas no "ginásio velho", eram comandadas principalmente pela famosa Banda do Clodo, com seus 20 e tantos músicos. Outras bandas, como os Lobos e a do Clemar Oliveira e sua banda, pai do amigo Chilin, também marcaram época por aqui.

Encerrado esse ciclo em meados dos anos 1970, a diretoria, reinvestiu nas domingueiras contratando a banda MASSA RARA, do empresário do ramo, Betinho.

Era fevereiro de 1978! Iniciávamos os tempos da "geração discoteca", surfando na onda dos "Embalos de Sábado à Noite", inspirados no ritmo frenético da dupla John Travolta e Olivia Newton John. O desafio do Massa Rara era atrair esse público, o que foi conseguido em poucos meses. O empresário promovia concursos de danças de salão para casais, que eram concorridíssimas. O primeiro casal vencedor do concurso de danças foi Marcinho e Vera. Ganharam uma moto! Outras 6 seriam entregues nos anos seguintes.

As domingueiras do CEP eram anunciadas nas Rádios Jovem Pan e Bandeirantes, além da Gazeta Penhense, e davam destaque para a presença de ídolos musicais daquela época, entre eles Kib Abelha, Traje a Rigor, Degradê, Kid Vinil, Banda Metrô. Conclusão: Salão nobre sempre lotado de sócios e não sócios. Falava-se em mil pessoas dentro do salão, e outras 500 fora dele, perambulando pelo clube, esperado a chance de entrar.

A vida social dos jovens penhenses acontecia intensamente aqui no CEP, nas adoráveis tardes e noites dominicais. O CEP era o principal "point" da juventude de toda a região Leste da Capital.

A renda era generosa para o clube, mas havia algo que incomodava muito a direção: o excesso de público representava um potencial risco de conflitos. A domingueira era vista como uma panela de pressão mal tampada.

E não tardou para que o temor se tornasse realidade. Brigas dentro do salão passaram a ser frequentes. Eram brigas de "tribos", que vinham com essa finalidade. Sempre que aconteciam, o baile era interrompido por horas, ou simplesmente não chegava ao final. O clube passou a ser visto como um campo de batalha. Contou-nos Melin: "As brigas começavam no salão, ganhavam a área interna do clube, subiam a escadaria e iam terminar na Rua da Penha". Contou também que numa dessas batalhas campais, a padaria Yara fora semidestruída.

Alguma providência teria que ser tomada! Não havia o interesse de eliminar as domingueiras, então o presidente em exercício, Affonso Lenzi, determinou que elas passariam a ser frequentadas exclusivamente por sócios.

A lotação foi reduzida para menos da metade e as brigas cessaram, mas o negócio ficou inviável para o empresário da Banda Massa Rara. Poucos meses depois, em agosto de 1985, foi realizada a última domingueira.

Felizmente, a tradição das domingueiras se mantém viva até hoje. Nos últimos 17 anos, as domingueiras vêm sendo animadas pela Banda Philadelphia, da empresária Yara. Um público fiel, da terceira idade, marca presença assiduamente. É bem possível que boa parte desse público seja o mesmo que frequentava as antigas domingueiras, mantendo viva a tradição e, mais importante, resgatando o clima romântico dos saudosos bailinhos dos tempos do rosto colado.

Colaboraram para esta edição: Betinho, Melin, Chilin, Wagner Pimentel, Almênio, Yara e Afonsinho.